



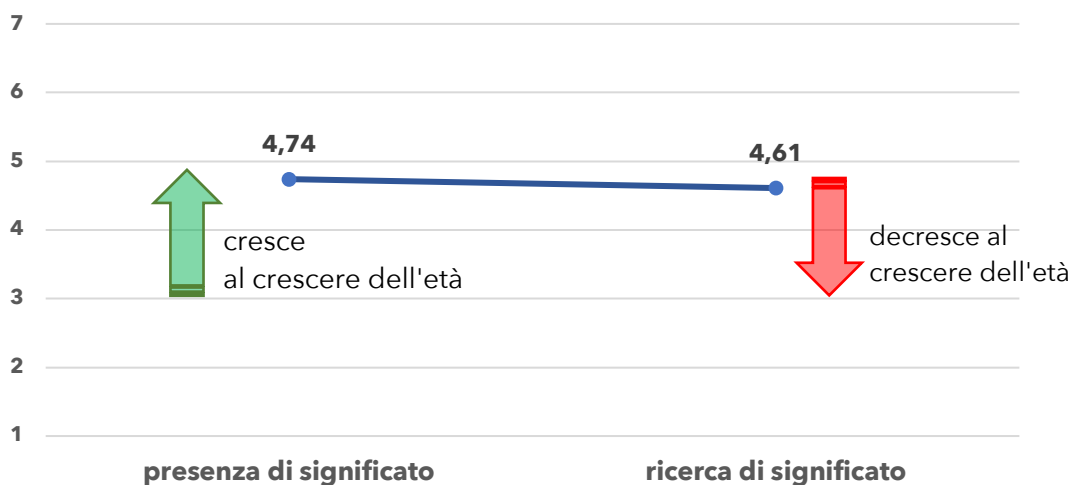
IL MEANING IN LIFE: dare significato alla vita durante il COVID-19

Il cuore di questa ricerca si focalizza sul costrutto del MEANING IN LIFE (significato della vita). Vivere una vita coerente, orientata da obiettivi e dotata di senso è infatti un predittore di benessere lungo tutto il ciclo di vita, e svolge un ruolo particolarmente importante nella transizione all'età adulta. Di seguito verranno mostrati i risultati circa la relazione tra presenza e ricerca di meaning in life con altre caratteristiche personali, l'impatto dell'esperienza vissuta di COVID-19, ed il cambiamento nel tempo.

Meaning in Life & caratteristiche demografiche

Dai risultati è emerso che maschi e femmine percepiscono di avere o ricercare il proprio significato della vita in modo simile. In media, i giovani adulti percepivano durante il lock-down un livello di significato della vita pari a 4,74 (D.S.=1,25), mentre riportavano di essere alla ricerca di un significato con un livello medio di 4,61 (D.S.=1,54), entrambi valutati su una scala da 1 a 7. Inoltre, la presenza di meaning in life cresce al crescere dell'età ($r=.130$, $p=.003$) mentre la ricerca di meaning tende a decrescere ($r=-.169$, $p<.000$). Tuttavia, la dimensione degli effetti non è consistente¹.

Livelli medi di meaning in life durante il lock-down



¹ È stata condotta una correlazione bivariata tra la variabile età, la variabile *presenza di meaning in life* e la variabile *ricerca di meaning in life*.



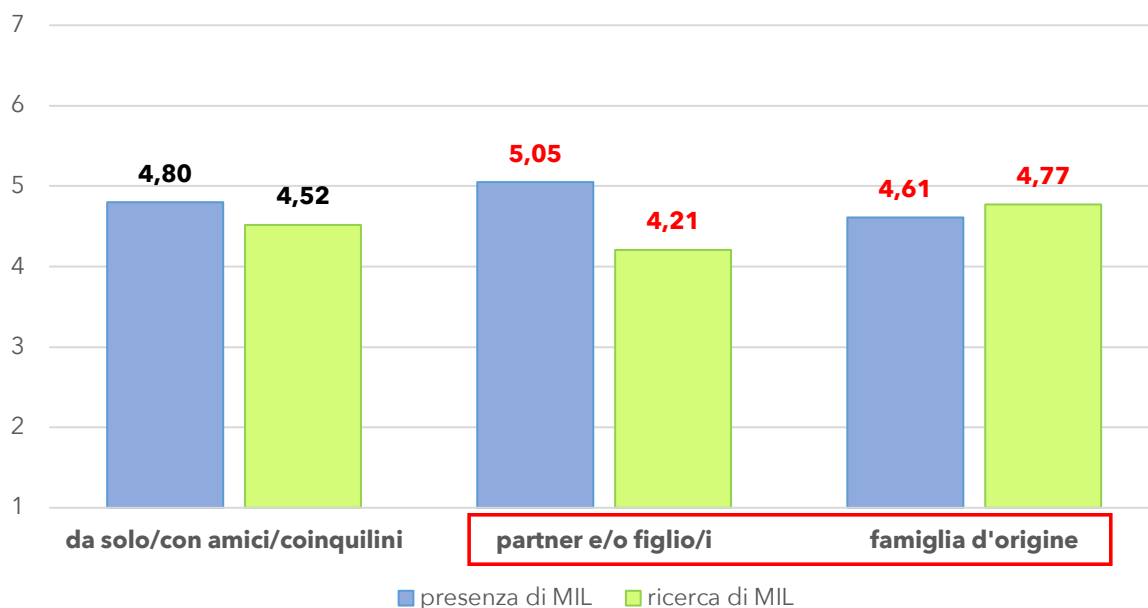
Meaning in Life & i marcatori della transizione

Uscita di casa

I partecipanti che hanno lasciato la casa familiare ed hanno costruito una propria famiglia (vivono con partner/figli) sperimentano un maggior significato nella vita rispetto a coloro i quali vivono ancora nelle mura domestiche o vivono da soli, con amici o coinquilini².

Chi vive ancora tra le mura domestiche invece, si trova a ricercare il significato della propria vita in maniera significativamente maggiore rispetto a chi ha già effettuato il passaggio dell'uscita dalla casa familiare per vivere con il proprio partner e/o figlio/i³.

Con chi vivi* presenza e ricerca di MIL (media)



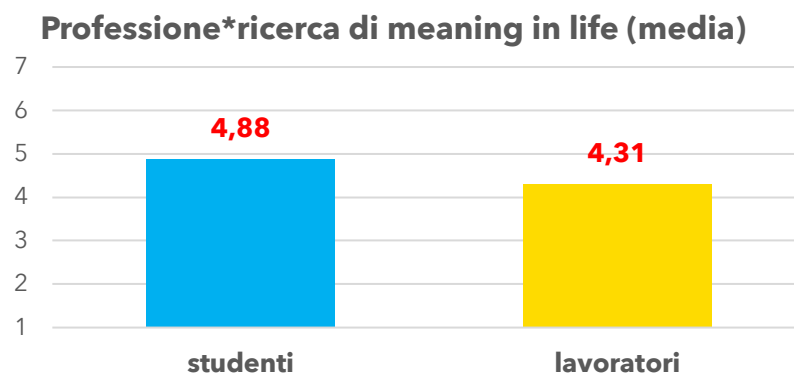
² È stata condotta un'ANOVA univariata tra la variabile indipendente *uscita di casa* e la variabile dipendente *presenza di meaning in life*. Il modello è risultato significativo per $p < .05$ ($F(2,529)=5,954$; $p=.003$; $\eta^2=.022$). Dal test post hoc è emersa una differenza di medie significativa tra i partecipanti che hanno lasciato la casa familiare ed hanno costruito una propria famiglia (vivono con partner/figli) ($M=5,05$; D.S.=1,09, $p=.002$) e coloro i quali vivono ancora nelle mura domestiche o vivono da soli, con amici o coinquilini ($M=4,61$; D.S.=1,26).

³ È stata condotta un'ANOVA univariata tra la variabile indipendente *uscita di casa* e la variabile dipendente *ricerca di meaning in life*. Il modello è risultato significativo per $p < .05$ ($F(2,528)=6,455$; $p=.002$; $\eta^2=.024$). Dal test post hoc è emersa una differenza di medie significativa tra chi vive ancora tra le mura domestiche ($M=4,77$; D.S.=1,47, $p=.001$) e chi ha già effettuato il passaggio dell'uscita dalla casa familiare per vivere con il proprio partner e/o figlio/i ($M=4,20$; D.S.=1,61).



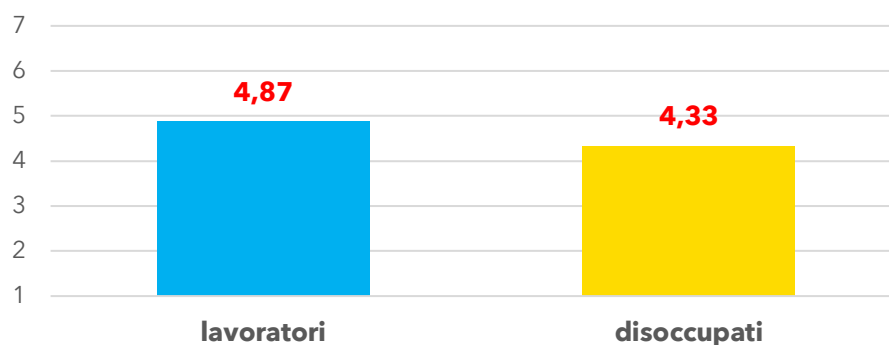
Situazione professionale

Rispetto alla situazione professionale, i giovani che sono ancora impegnati in un percorso formativo (solo lavoratore; studente/lavoratore; studente/tirocinante) sono coinvolti nella ricerca di significato in maniera significativamente maggiore rispetto a chi ha completato la transizione al mondo del lavoro, e svolge unicamente il ruolo di lavoratore⁴. Invece, la percezione di presenza di significato è risultata indipendente dalla condizione professionale di appartenenza.



Se invece confrontiamo i lavoratori (solo lavoratore; studente/lavoratore e tirocinante/lavoratore) con i giovani disoccupati, questi ultimi percepiscono un livello significativamente minore di significato nella vita⁵, mentre non ci sono differenze significative a livello di ricerca di significato.

Condizione lavorativa*presenza di meaning in life (media)



⁴ È stato condotto un T-TEST per campioni indipendenti tra la variabile indipendente *condizione professionale* (*studente vs lavoratore*) e la variabile dipendente *ricerca di meaning in life*. Il modello è risultato significativo per $p < .05$ ($t(459,493)=4,008$; $p < .000$). In particolare, i giovani studenti (studenti; studenti/lavoratori; studenti/tirocinanti) percepiscono in media un livello di ricerca di meaning in life significativamente maggiore ($M=4,88$; $D.S.=1,43$) rispetto ai giovani lavoratori ($M=4,31$; $D.S.=1,65$).

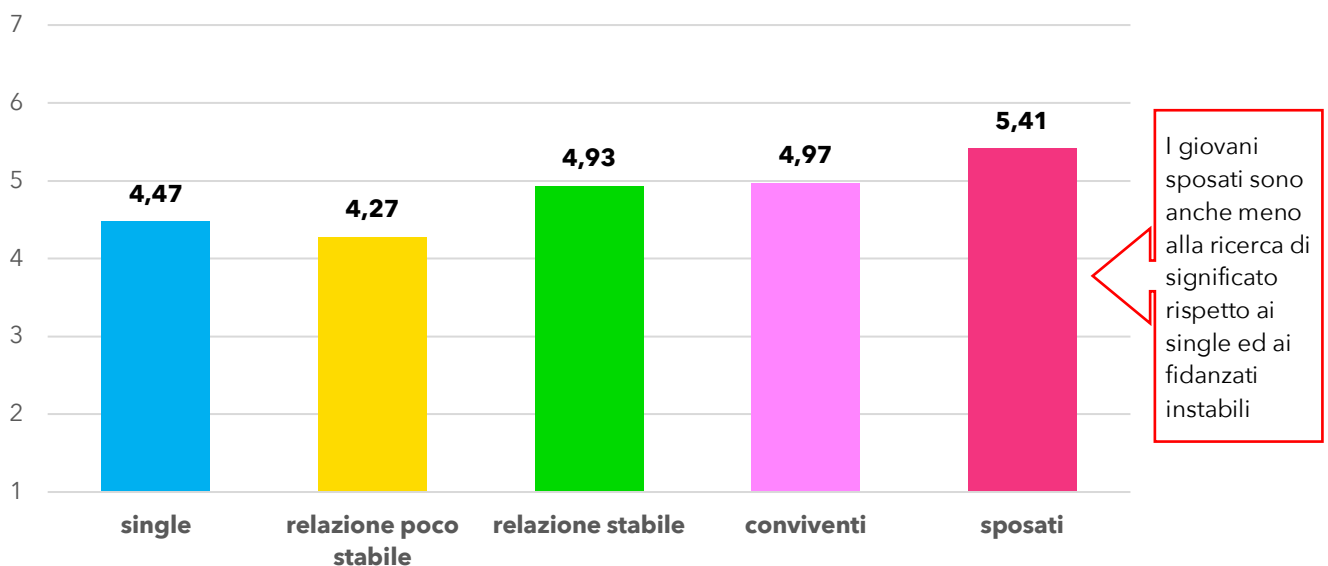
⁵ È stato condotto un T-TEST per campioni indipendenti tra la variabile indipendente *condizione lavorativa* (*lavoratore vs disoccupato*) e la variabile dipendente *presenza di meaning in life*. Il modello è risultato significativo per $p < .05$ ($t(276)=2,687$; $p=.008$). In particolare, i giovani disoccupati percepiscono in media un livello di meaning in life significativamente minore ($M=4,33$; $D.S.=1,22$) rispetto ai giovani lavoratori ($M=4,87$; $D.S.=1,22$).



Situazione sentimentale

I single e coloro che percepiscono la propria relazione come poco stabile (i.e. coloro che vivono la relazione alla giornata, e coloro che la prendono sul serio, ma non sanno se durerà) hanno un livello di presenza di meaning significativamente inferiore rispetto a chi si trova in una relazione stabile, a chi convive, ed a chi è sposato. Tra chi invece ha già costruito un legame di coppia stabile, il livello di presenza di meaning in life è omogeneo⁶. Sembra invece che tutti i giovani siano alla ricerca di un significato nella vita a prescindere dalla situazione sentimentale che stanno vivendo. Unica eccezione riguarda i giovani sposati che percepiscono in maniera significativamente minore la necessità di ricercare significato nella vita rispetto ai single, ed ai fidanzati instabili.

presenza di meaning (media)

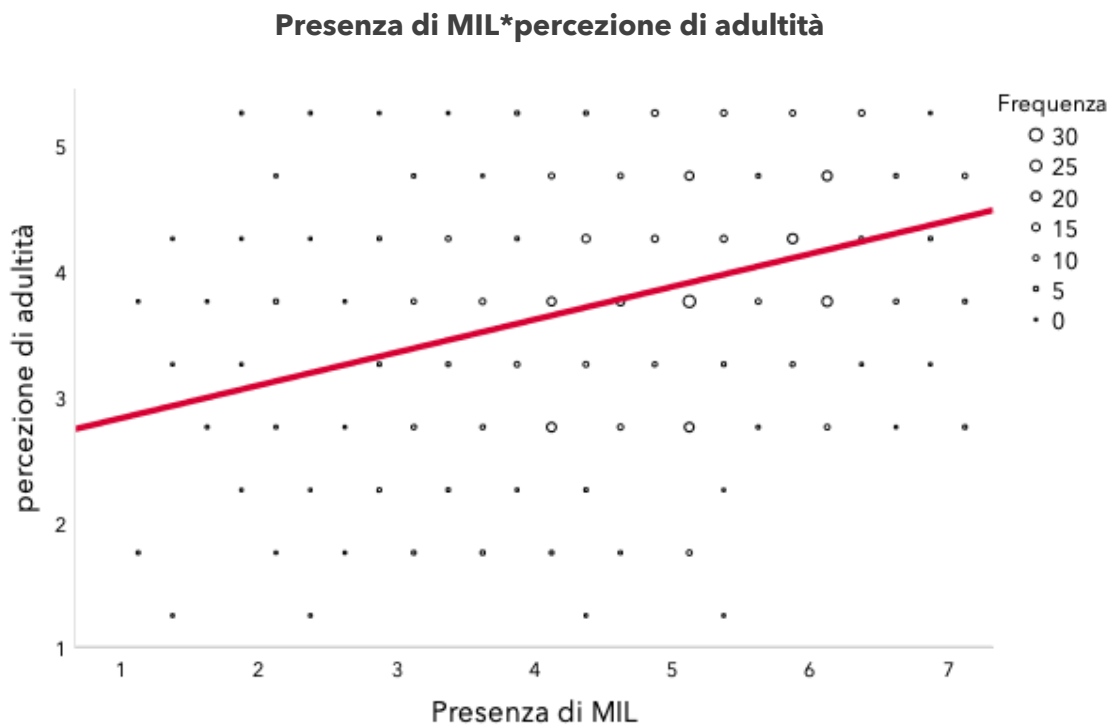


⁶ Sono state condotte due ANOVA univariate tra la variabile indipendente *situazione sentimentale* e le variabili dipendenti *presenza di meaning in life* e *ricerca di meaning in life*. I modelli sono risultati significativi per $p < .05$ (presenza MIL: $F(4,527)=8,462$; $p < .000$; $\eta^2=.060$; ricerca MIL: $F(4,526)=4,66$; $p=.001$; $\eta^2=.034$). Dal test post hoc è emersa una differenza di medie significativa tra i single e chi vive una relazione poco stabile (single (s): $M=4,47$, $D.S.=1,34$; relazione poco stabile (rps): $M=4,27$, $D.S.=1,28$) rispetto a chi si trova in una relazione stabile ($M=4,93$; $D.S.=1,15$; $p_s=.005$; $p_{rps}=.004$), a chi convive ($M=4,97$, $D.S.=1,11$; $p_s=.008$; $p_{rps}=.004$), ed a chi è sposato ($M=5,41$, $D.S.=0,98$; $p_s=.002$; $p_{rps}<.000$). Inoltre, è emersa una differenza significativa nella ricerca di MIL tra i giovani sposati ($M=3,82$; $D.S.=1,77$) rispetto ai single ($M=4,84$, $D.S.=1,46$; $p=.008$), e chi vive una relazione poco stabile ($M=4,94$, $D.S.=1,38$; $p=.012$).



Percezione di adultità

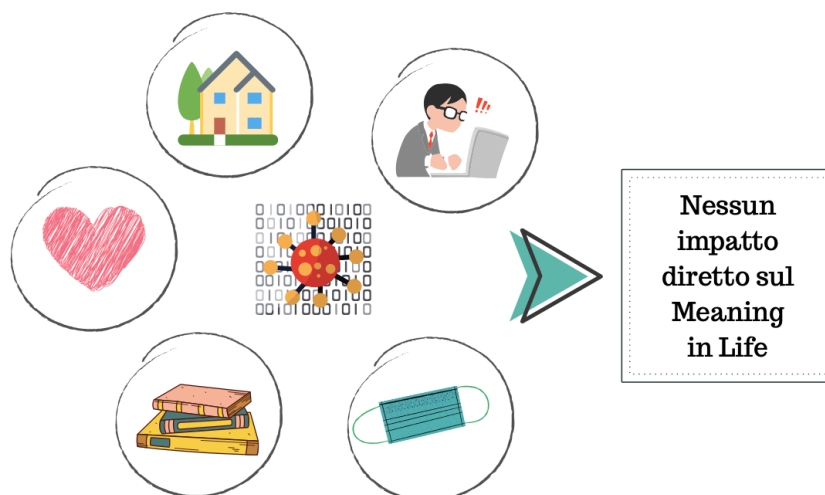
Percepire la presenza di significato nella propria vita è associato al considerarsi come un adulto ($r=.340$, $p<.000$). Al contrario, essere alla ricerca del significato nella vita è una condizione che può riguardare tutti, a prescindere dalla propria percezione di adultità⁷.



Effetti diretti dell'esperienza di COVID-19 sul meaning in life

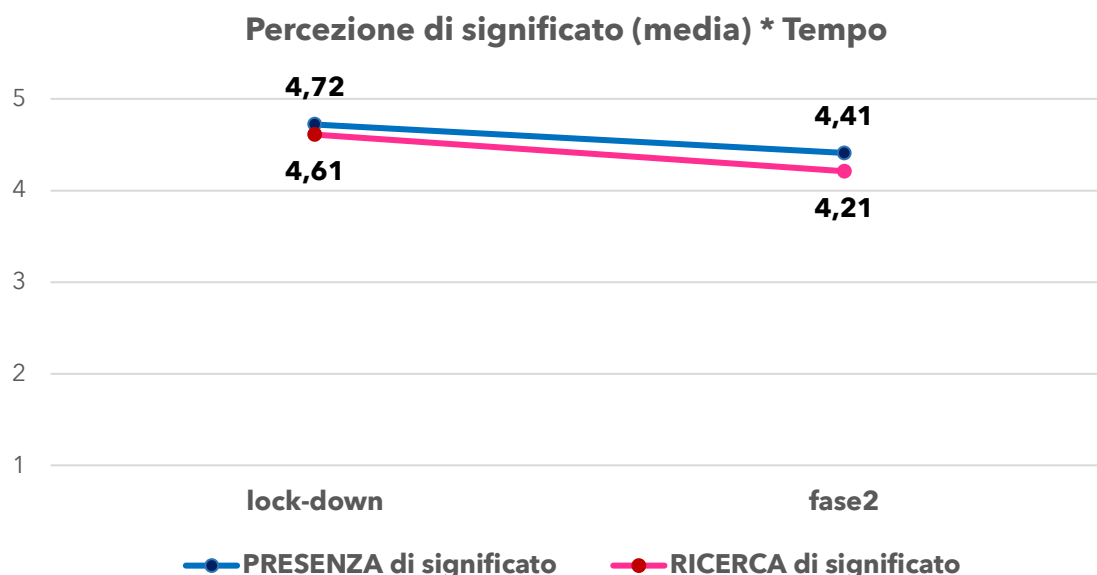
L'esperienza diretta ed indiretta di contagio NON ha influenzato la percezione di significato della vita o di ricerca dello stesso ($p_{range} = ,106 - ,966$). Nemmeno le ricadute a livello lavorativo come ad esempio, la riduzione dello stipendio percepito, oppure la diminuzione o l'aumento del carico di lavoro giornaliero hanno avuto un effetto diretto sulla percezione di avere e ricercare significato nella vita. Sulla stessa linea, i partecipanti che hanno cambiato la loro residenza a causa del lock-down (rientrando nella casa familiare o andando a vivere da soli) non differiscono significativamente rispetto alla percezione di avere o ricercare significato nella vita.

⁷ È stata condotta una correlazione bivariata tra la variabile *percezione di adultità*, la variabile *presenza di meaning in life* e la variabile *ricerca di meaning in life* ($r=.031$, $p=.473$).



Come è cambiata la percezione di significato della vita nel tempo?

Sul campione totale dei partecipanti (N=458) che hanno partecipato alla ricerca (gruppo giornaliero e gruppo di controllo), il livello medio di presenza di significato è diminuito nel passaggio dal lock-down alla Fase 2 così come è significativamente diminuita la ricerca di significato.⁸



⁸ Sono stati condotti due T-TEST per campioni appaiati (within) tra la variabile indipendente tempo (due livelli: iniziale e finale) e le variabili dipendenti *presenza di meaning in life* e *ricerca di meaning in life*. I modelli sono risultati significativi per $p < .05$ (presenza MIL: $t(457)=7,680$; $p < .000$; ricerca MIL: $t(457)=7,186$; $p < .000$). In particolare, la rilevazione finale dopo 14 giorni mostra che sia i livelli di presenza di significato della vita ($M=4,41$; $D.S.=,96$), sia i livelli di ricerca di significato ($M=4,21$; $D.S.=1,32$) sono diminuiti rispetto alla fase iniziale della rilevazione (presenza MIL: $M=4,72$; $D.S.=1,28$; ricerca MIL: $M=4,61$; $D.S.=1,53$).



CONCLUSIONI

Questi risultati ci hanno permesso di comprendere meglio quale è il rapporto tra la situazione di lock-down in cui si trovavano i partecipanti nel momento della compilazione e la percezione di presenza e ricerca di significato nella vita per i giovani adulti.

Ciò che emerge è che gli accadimenti e le ricadute oggettive che la pandemia di COVID-19 ha portato nelle vite dei giovani (es. esperienza di contagio, ricadute nel campo lavorativo/formativo, abitazione durante il lock-down) non hanno un'influenza diretta sul sistema di significato dei giovani. È probabile infatti che non siano tanto i fattori oggettivi, quanto le valutazioni soggettive dell'impatto di un evento nella propria vita a generare una crisi di significato e di conseguenza, a mobilitare l'individuo alla ricerca del significato stesso, per ristabilire equilibrio e benessere.

Inoltre, a conferma della letteratura, questi risultati mostrano un forte legame tra la ricerca di significato e la transizione all'età adulta. In particolare, i giovani che hanno conquistato una tappa di sviluppo (es. uscita di casa e costruzione di una famiglia; ingresso nel mondo del lavoro) si sentono meno ingaggiati nella ricerca attiva di significato, avendo già ottenuto alcuni dei principali obiettivi di crescita. Inoltre, chi ha avuto successo nella conquista di una certa tappa (es. chi è ingaggiato in una relazione stabile; chi è lavoratore in confronto a chi è disoccupato) percepisce la propria vita come dotata di maggiore significato.

Infine, i risultati circa il cambiamento della percezione di presenza e ricerca di significato nella transizione tra lock-down e Fase 2 mostrano che sia la ricerca, sia la presenza di significato sono significativamente diminuite con l'ingresso nella Fase2.

Il fatto che i livelli di presenza e di ricerca di significato siano diminuiti con il passaggio da lock-down alla Fase2 stimola una possibile interpretazione: è possibile infatti che l'ingresso in una nuova fase di questa pandemia rappresenti per i giovani una nuova sfida da affrontare che li pone quindi in una situazione totalmente inedita, con nuove condizioni e ricadute tutte da scoprire. In quest'ottica, l'ingresso nella Fase 2 rappresenta un ulteriore evento significativo che può rompere l'equilibrio costruito nei precedenti due mesi di lock-down, richiedendo ai giovani di fermarsi per riflettere su questo nuovo evento e procedere con una nuova ricostruzione del sistema di significato della propria vita.